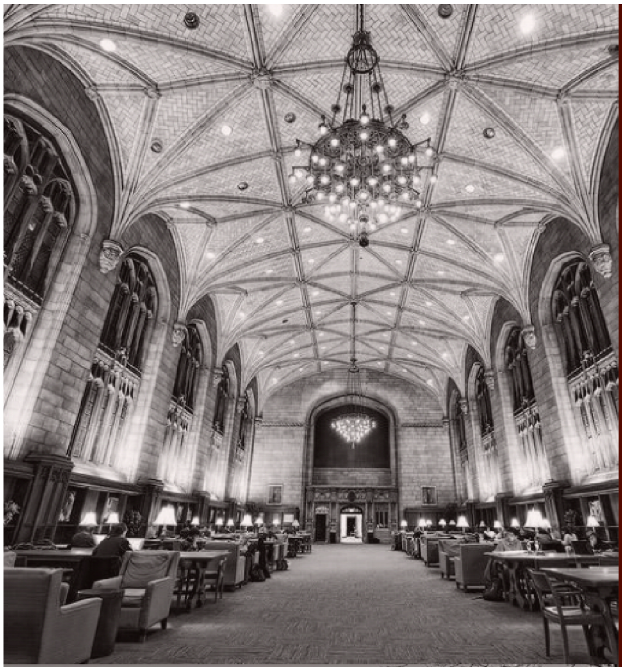
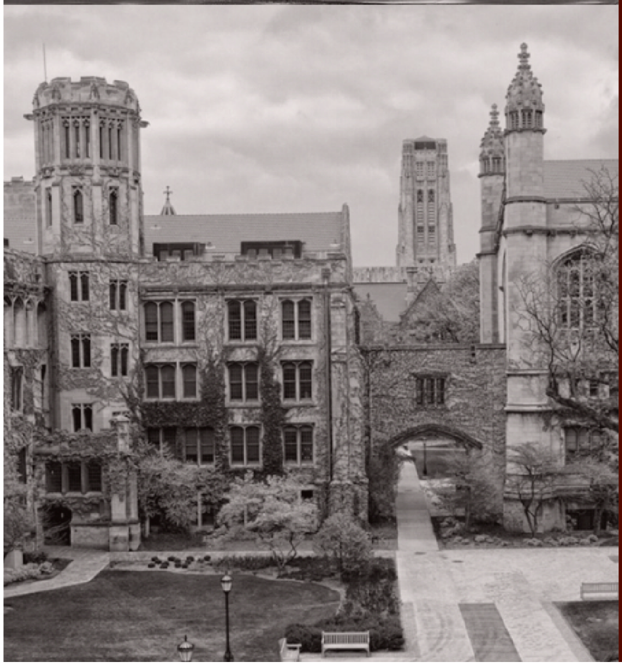




新生手冊

二零一八年

芝加哥大學中國學聯

芝大中國學聯

CSSA UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

Crescat Scientia; Vita Excolatur

益智厚生

UCHICAGO CHINESE
STUDENTS SCHOLARS
ASSOCIATION

目录

第一部分：关于芝大学联 3

一、学联简介 3

二、本届核心成员 4

三、加入学联 5

第二部分：行前准备 6

一、I-20 与签证申请 6

二、行前体检 7

三、携带行李建议 7

第三部分：新生来校 10

一、从机场到学校 10

二、新生注册 14

第四部分：校园生活 16

一、住房选择 16

二、个人理财 21

三、电话网络 23

四、餐饮美食 26

五、家电器材 29

六、交通出行 30

七、校园设施 33

八、看病就医 35

九、校园安全 38

十、法律常识 41

版权声明 44

芝大中國學聯
UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

第一部分：关于芝大学联

一、学联简介

The University of Chicago Chinese Students and Scholars Association (CSSA) 全称为芝加哥大学中国学生学者联谊会，简称“学联”。芝大学联作为本校唯一在中国驻美大使馆备注的官方中国学生组织，团结着芝加哥大学所有在校本科生，研究生，学者以及校友，并作为大芝加哥地区最具影响力的华人团体之一长期以来服务本地同学与同胞们。有幸在芝大求学的学子皆为留洋青年中的沧海领航之人。学联则肩负着引导同学进步，维护同学利益的重要责任，让漂洋过海，背井离乡来求学的同胞们在异国他乡也能感受到家乡的温暖。同时，学联也担任着在校内维护国家和民族利益的神圣使命，并积极促进着中美两国优秀学者间的沟通交流。学联干部来自全校多个院系的本科与研究生项目，秉承着对自己忠俭，对同学忠厚，对同胞忠恕，对国家忠诚的原则，竭尽全力为同学同胞们服务。

在过去的一年里，我们承办了多次专业与业余活动，包括校际桌游比赛，芝加哥地区狗年春晚，职业发展会，以及多次企业与国内高校介绍会。接下来的一年，我们将牢记使命， 继往开来，为芝大的各位同学谋取福利。在此，我们衷心欢迎各位新同学加入学联的大家庭。

芝大学联团队

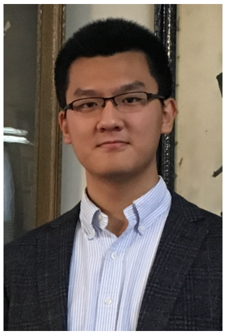
二零一八年六月

二、本届核心成员

主席团

林梦翔（主席）

焦诗音（主席）



张瑞时（副主席）

张文（副主席）

王思逸（副主席）

王培力（副主席）

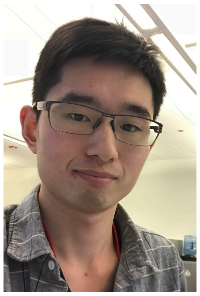
各部门部长

韩博松

（外联部）

高宗浩

（外联部）



张超

（高校部）

杨惠仪

（宣传部）

邱硕

（文体部）

刘立群

（财务部）

三、加入学联

在新生入学期间，学联将举行年度新生烧烤活动，欢迎所有新老同学参加。届时，我们将在本科新生群，研究生新生群以及学联官方微信公众号上发布通知信息。在学期开始后，我们将举行学联招新活动，欢迎对学联工作感兴趣的同学前来参加。想要跟进学联活动的同学们可以关注学联微信公众号，订阅学联 *Mailing List* （*lists.uchicago.edu*）或者关注学联官方网站（*cssa.uchicago.edu*）。对学联工作有任何问题或兴趣的同学也欢迎随时联系学联成员。

学联官方微信公众号二维码

第二部分：行前准备

一、I-20 与签证申请

在确认入学并上交押金后，同学们会收到来自所在系的 I-20 申请邀请，因为 I-20 是 F-1 签证必备材料，且拥有 I-20 表格后才可填写缴纳 SEVIS 相关费用，请务必及时查询并督促学校有关部门。详细 I-20 申请步骤请参考：internationalaffairs.uchicago.edu. 在拿到 I-20 表格后，同学们方可着手进行 F-1 签证申请，具体步骤如下：

1. 确认拥有有效护照且护照有效期大于等于 6 个月
2. 前往照相馆拍摄 51mm x 51mm 的白色背景相片，获取电子和实体版
3. 接收学校 I-20 表格
4. 收到 I-20 表格后可上网填写 I-901 表格并缴纳 SEVIS Fee(注意签证面试时需要出示缴纳 SEVIS Fee 的凭证，请至少在面试 3 天前缴纳该费用。
5. 填写 DS-160 表格，并打印确认页
6. 缴纳签证费
7. 缴纳签证费用后方可在缴费所建立账户中预约签证面试时间地点
8. 面签时准备好相关签证所需文件，其中包括：
    a. 护照
    b. I-20 表格
    c. SEVIS Fee 收据单
    d. DS-160 表格确认页
    e. 芝大录取通知书
    f. 高中/本科院校毕业证书
    g. 个人简历及未来学业规划
    h. 资金证明（与在申请 I-20 表格时所提供财产证明一致）

UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

i. 父母在职收入证明，以及父母资助确认信（如学费来源为父母）

j. 51mm x 51mm 照片

更多详细信息可参考学校国际生信息网站：*internationalaffairs.uchicago.edu.* 或者美国签证官网：*http://www.ustraveldocs.com*

二、行前体检

芝加哥大学以及芝大所在的伊利诺伊州要求所有学生接种相关疫苗，其中包括：

1. *Measles (Rubeola), Mumps, Rubella (German Measles)*（*MMR* 疫苗，至少接种两次）
2. *Tetanus/ Diphtheria/Pertussis*（*TDP* 疫苗，至少接种三次）
3. *Meningococcal*（流脑疫苗，22 岁以下同学需接种）

通常初次出国同学需联系本地国际旅游卫生保健中心进行相关疫苗接种，同学们也可以在到校后联系校医院进行相关疫苗接种。接种疫苗后需将疫苗接种证明由主治医生填写并上交学校有关部门，且必须在开学一周前上交。在确认入学后同学们将收到有关疫苗要求的官方邮件，请注意查收。若有其他任何关于疫苗要求，接种期限，相关表格等信息可发邮件至：*sccimm@uchospitals.edu*

三、携带行李建议

四季衣物：芝加哥一年中以夏季与冬季气候为主。这里夏天相对凉爽，春秋天转瞬即逝，但冬天漫长，十月到四月，温度基本都在零下（摄氏度）。但通常校园设施室内暖气充足，方便的话建议带一件厚羽绒服，以及日常的春

夏着装。建议带羽绒服一件，较厚外套一件，运动服一套。此外，因在校内会遇到正式场合（如面试），建议带西服一套。贴身衣物建议带足够一星期的数量，因为学校的宿舍/外面公寓一般都有洗衣机和烘干机，一次性可以清洗许多衣物，因此可以多预备换洗衣服。在此提醒一下洗衣时请注意洗衣机的水温选项，很多衣服用热水洗出来会掉色，还有一些衣服不能用烘干机处理，请阅读衣物上的注明。另一点提醒，虽然夏天室外炎热，但在室内通常冷气凉爽，据多年大样本统计显示，亚洲人普遍抗冻能力较弱，为了同学们的身体健康建议准备一些单薄的长衣长裤，夹克牛仔裤等，不但秋冬需要，夏天有时候也要用到。

课本及参考书：美国学校教科书普遍比较昂贵，图书馆一般每种书只有一本不便长期借阅。同学们可以先在自己系的主页查清所需书籍，在不违反中美两国有关知识产权法的前提下尝试在国内购买二手或其他版本，如 PDF 版本。

學中芝
聯國大
UCHICAGO CHINESE
STUDENTS SCHOLARS
ASSOCIATION

常用药：初来美国，看医生可能因为语言问题不方便与医生沟通，且美国无即时挂号就诊体制，因此就医需要预约或者前往急诊室，相对耗时，因此建议同学们准备适量常用药物。感冒发烧类如：板蓝根，感冒清热颗粒，泰诺等。胃肠道疾病类如：整肠生，黄连素，麦滋林颗粒，吉法酯片等。除此之外，芝加哥虽临近密西根湖，但冬天干燥，建议自备清热降火等药物或补品。注意不要携带含有违禁或限制性成分的中药和中成药入境：

- 麻黄碱类药物：鼻炎片、柴连口服液、大活络丸、追风膏、复方川贝止咳糖浆、感冒胶囊、急支糖浆等；
- 士的宁类：跌打万花油、风湿关节炎片、骨刺胶囊、关节炎膏、颈腰康胶囊、胃尔康片、腰痛宁胶囊；
- 吗啡类：肠胃宁、咳喘宁、咳速停、克咳、小儿止泻灵等；

- 含有动物或动物器官，如蝎子、蜈蚣、蟾蜍、穿山甲、水蛭、熊胆、虎骨、蛇胆、蛇蜕、蝉蜕、鹿茸、麝香、牛角、犀角、龟壳、燕窝、牛黄、阿胶等成分的中药或中成药。

其他物品：洗漱用品、文具、水壶、即食食品等。多数生活用品可在网上或当地超市购买。关于美国产品的商品价格，建议参考亚马逊网站 。

旅行积分卡： 多数航空公司有自己的积分活动（*mileage program*），若有同学想今后长期乘坐一家航空公司，并用自己积攒的里程换免费机票，请在乘坐赴美航班前注册航空公司的相关帐号，航程结束后将自己的航班信息输入，就能得到相应的里程；亦可在购买机票前注册好，完成飞行后自动积累里程。例如，北京/上海飞往芝加哥一般单程 *7000* 英里，根据往届同学经验美联航获 *25000* 英里积分即可换一张免费的美国国内往返机票，美国航空积累到 *12500* 英里可兑换一张免费的美国国内单程机票，里程 *18* 个月内有效，之后若继续购买该公司机票可以保持有效，最新详情具体请登陆进入公司网站注册、查询。需要注意的是，若没有航程前注册相关账号，旅行结束后里程将不能得到承认。

芝大中國學聯 UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

第三部分：新生来校

一、从机场到学校

结束长途飞行，初到芝加哥，大家一定希望顺利前往住处尽早安顿。从机场到校园的方式主要有四种：1. 芝大学联组织的新生接机服务；2. 出租车，*Uber*，*Lyft* 等叫车服务；3. 芝加哥市内公交及地铁；4. 第三方提供的接机服务。下面将分点介绍。

1. 学联新生接机

为了帮助新同学顺利入驻，芝大学联每年为新生提供免费接机服务，由学联征集的志愿者去机场迎接新生送至住处。 需要该服务的新生请在确定航班时间后，尽早通过以下链接填写申请表：*https://www.wjx.top/jq/24592771.aspx*

申请学联接机服务注意事项：

a. 请在确定航班具体时间后尽早填写申请表，以避免临时申请无法安排志愿者的情况；
b. 若在提交申请后、出行前发生了航班变更，请第一时间与志愿者联系；
c. 请勿在已安排志愿者的情况下选择其他交通方式，以尊重志愿者的时间与劳动；
d. 请在出行前准备好电话卡或 25 美分硬币（*quarter*），也可以开通国际漫游或提前办理美国手机号。若旅程中遇到抵达时间 / 航班变更或其他意外情况，请及时电话告知接机志愿者；

e. 若在美国城市转机，请注意转机城市可能与芝加哥存在时差，如洛杉矶、旧金山与芝加哥有 2 小时时差。故请随时更新时间，并转告接机志愿者准确时间，以免带来不便；

f. 由于接机活动有赖于志愿者的热情付出，请各位新生在整个过程中注意礼貌，尊重并感谢接机的志愿者。

2. 出租车 / *Uber* / *Lyft* 以及其他约车服务

若希望以学联接机服务以外方式前往住处，出租车 / *Uber* / *Lyft* 也是可考虑选择。通常机场会设立出租车以及网约车专点，请根据机场指示牌前往相应乘搭地点。

费用：从奥黑尔国际机场(*O'Hare International Airport*)到芝大校园费用约 *60* 美元，从中途机场(*Midway Airport*)启程约 *30* 美元，具体金额取决于具体方式、请求的时间等。请注意，若乘搭出租车，需支付 *10%－15%*的小费。

注意事项：

a. 出租车主要有 *Checker Cab* 和 *Yellow Cab* 两家公司，可以提前上网预约、电话联系或现拦。

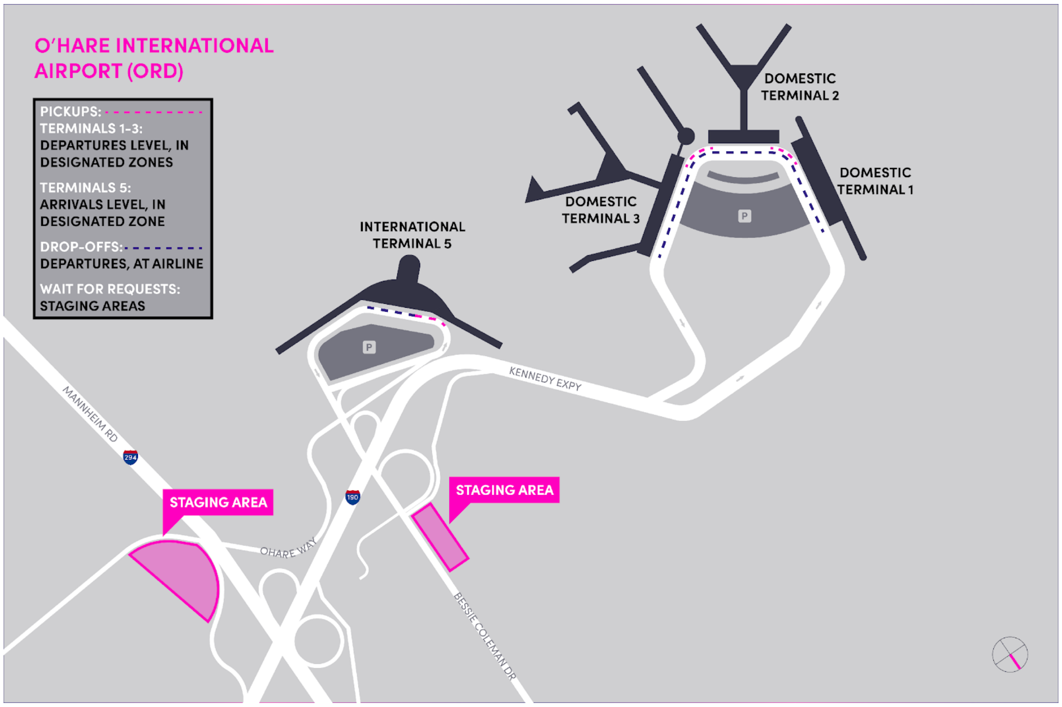
b. 中国优步（*Uber*）的账号无法在美国使用，初次在美国使用请注册新账号。注册完 *Uber* 或 *Lyft* 账号后，需绑定可以支付美元的 *Visa* 卡或 *Master* 卡。

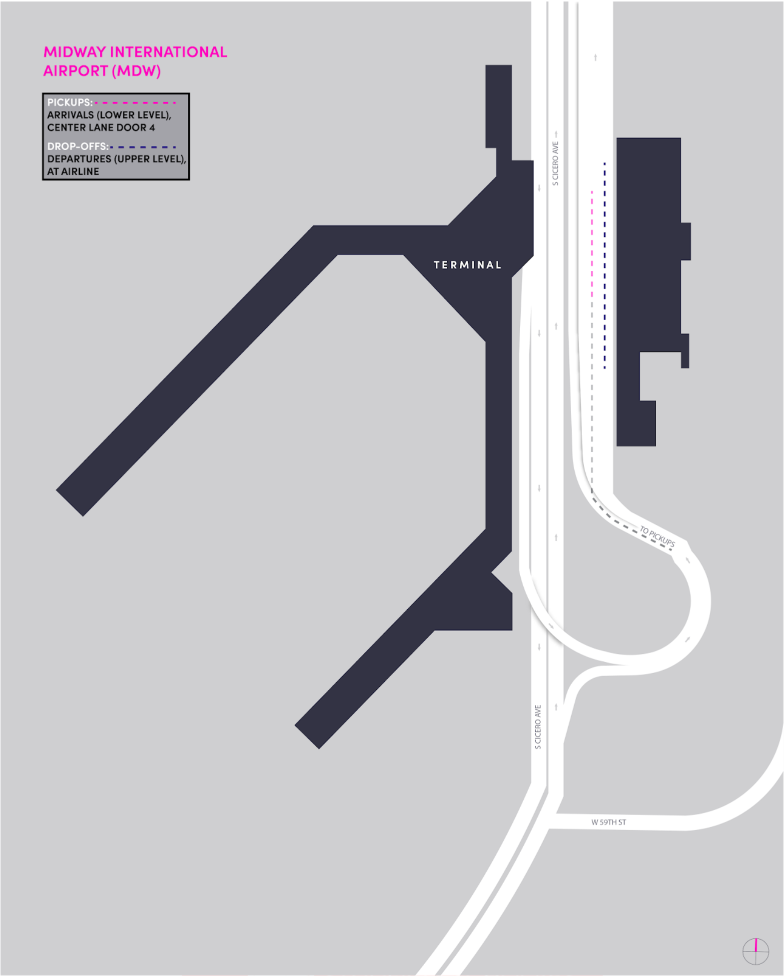
c. 若发现 *Uber* 或者 *Lyft* 中某一软件的价格超出预期，可尝试使用另一个软件约车。*Uber* 和 *Lyft* 的费用可能因某一时段需求较多而发生溢价，因此同样时间点、同样路程的情况下，*Uber* 和 *Lyft* 的费用可能有较大差异。

學中芝 聯國大 UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

d. 与出租车类似，*Uber* 和 *Lyft* 在也有指定停车点，请在叫车时选择最近的乘车点并根据机场指示牌到达指定地点乘车。在奥黑尔国际机场，*Uber/Lyft* 网约车乘车地点为：*Terminal 1*，*2* 中间；*Terminal 2*，*3* 中间以及 *Terminal 5*。

以下示意图为奥黑尔机场与中途机场的网约车乘车地点：





3.　　芝加哥市内公交及地铁

如果行李不多，可以选择乘搭芝加哥市内公交及地铁。芝加哥市内公交系统（Chicago Transit Authority，简称 CTA）包括公交车和地铁。从奥黑尔（O'Hare）机场出发，可以根据指示牌乘搭蓝线地铁（Blue Line）。乘搭蓝线至 Jackson 站，到地面转乘 6 路或 28 路公交车至 Hyde Park，具体下车地点取决于你的具体住址。从 Midway 机场出发，乘坐 55 路公交，55th Ellis 以东的几站均在 Hyde Park 地区。

费用：相对另外几种交通方式，公交费用最为低廉，具体收费标准请参照 CTA 官网：http://www.transitchicago.com/fares/。

注意事项：

首次乘坐需要在车站办理*Ventra*公交卡，工本费5美元，自行决定充值金额。

4. 第三方服务

除以上方式以外，另有一些提供接机服务的第三方公司或个人。同学们可以用类似*Chicago airport shuttle*的关键词直接搜索，或者在新生群里与往届学生进行讨论。

二、新生注册

所有学生到校后会进行新生注册。首先，本科生与研究生都需要在开学前完成线上的国际新生培训（*Mandatory International Student Orientation*），并且在到达芝加哥后三日内完成线上签到（*Online Check-in*），具体链接校方将在开学前夕通过邮件方式发布。其余注册手续会根据所读项目而稍有不同。

本科生：

本科生可选择自费参加*International Pre-Orientation (IPO)*项目，其目的在于让有意愿的国际生在正式注册培训开始前熟悉芝加哥地区环境，学校设施，并办理相关生活必需品。参加 *IPO* 的同学会在相关负责任的领导下办理电话卡，银行卡等。不参加 *IPO* 的同学也会在入学培训周 (*Orientation Week*) 按指示办理所有入学手续，包括领取学生卡，宿舍钥匙等。

研究生：

与本科生相比，研究生同学们需要自己办理相关注册手续。初次入学有两件事情颇为重要，一是去图书馆领取学生证，二是进行在线登记 。办理学生证的地点在*Regenstein Library*（57街，*University*和*Ellis*之间）一楼入口处，*100F*房

间，只需要护照和 I-20，会在现场照一张照片作为学生证的头像，第一次办卡不需要费用。有了学生证，同学们可以自由出入各个图书馆，体育馆，免费乘坐 CTA 的 171 和 172 公交。在 53 街的 CVS 也会出售 CTA 的乘车卡，每张 20 元，购置后方可乘坐 CTA 其它公交与地铁。除了学校统一注册外，各院系通常也有自己的注册，请同学们留意。

第四部分：校园生活

一、住房选择

本科生宿舍

芝加哥大学目前共有 7 个专门为本科生建造的学生宿舍。由于芝大要求所有本科大一学生住校，深入了解这七个本科宿舍尤为重要。简单来说，每个学生宿舍的文化以及同学的性格一般都有所不同，所以新生应该根据自己的兴趣来进行选择。房型的种类有单人间（*Single*），双人间（*Double*），单人套房（*Single Suite*），双人套房（*Double Suite*）和公寓（*Apartment*）。大一学生一般只能选到 *Single, Double, or Double Suite*。住学校必须要购买学校食堂套餐（*Meal Plan*），会自动记录在学校账单上。学校在开学前会让新生对自己心仪的宿舍以及房型进行排名以便根据个人喜好分配宿舍。以下我们将具体介绍这 7 个本科宿舍的特点。

1. Campus North Residential Commons（简称"*North*"）

North 是目前最新的学生宿舍，也是大多数中国学生的最爱。由于芝大的宿舍分配根据学生上缴押金的日期来进行排序，一般只有通过 *ED / EA* 程序选择入学的的学生才有机会进入 *North*。具体来说，在把 *North* 列为第一志愿的情况下，*ED 1* 或 *EA* 录取并迅速交押金的学生一般可以保证选到 *North* 的双人间，运气好的话甚至可以选到单人间或者公寓式套房。*ED 2* 的学生一般可以选到 *North* 双人间。*RD* / 补录 / *EA* 录取很晚交押金的新生几乎不可能进入 *North*，除非让 *ED/EA* 录取并迅速交押金的新生提名为室友一起入住双人间。由于 *North* 是中央空调，学生不可以自己控制室温，夏天房间里会偏冷。

特点概述：中国人多，宿舍设施新，楼层高，景色好，餐厅多，有便利商店（如奶茶店），离大图书馆 Regenstein Library 较近，离体育馆非常近，入住学生里有多数为经济专业 。

2. Max Palevsky Residential Commons (简称“Max-P”)

Max P 的外观不讨喜，但是位置处于校园中心，和 North 一样是中国学生最喜爱的选择之一。一般情况下，只有 ED1/ED2/EA 录取并迅速交押金的新生可以选到 Max P 双人间。单人套房大一几乎不可能选到。在 Max P 可以自己控制屋里空调的温度，套房里的卫生设施也很方便，不用和一整层的人共享卫生设施。

特点：只有单人套房与双人套房,位置好，离大图书馆 Regenstein Library 最近，离体育馆非常近，中国学生较多，可以轻松和 North 的同学社交。

3. Burton Judson Courts (简称“B-J”)

B-J 有突出的宿舍文化，号称是最有芝大特点的地方，学生普遍对学校的热爱非常强烈。新哥特式的建筑是在该宿舍居住的同学大学期间难忘的回忆之一。B-J 的卫生间除一层外都是男女共用。B-J 缺点为设施较为古老，且没有空调，深夏较热，但好处是几乎所有人都享用着单人间。

特点：新哥特式建筑，single room,离号称最好吃的食堂 Cathey 和 Logan Arts Center 非常近，离 Harper Reading Room 图书馆最近，芝大宿舍文化浓厚，中国学生较少。多数学生专业为数学，哲学，英文文学，政治科学，公共政策与科学学科。

4. Renee Granville-Grossman Residential Commons (简称“South”)

South 比 B-J 更现代化，但宿舍文化也较 BJ 更少。该宿舍优点则是离学校口碑最好的 Cathey 食堂和艺术中心 Logan Arts Center 非常近。该宿舍中国学生较少，由于地处学校最南端，建议夜间回宿舍时注意个人安全 。

特点：学校最南端，离食堂 Cathey 和艺术中心 Logan Arts Center 近，离 Harper 图书馆较近，中国学生较少，较为现代化。

5. Snell-Hitchcock Hall (简称 “Snitchcock”)

Snell-Hitchcock 号称是最难进的本科宿舍之一。几乎只有 ED1/EA 录取并迅速交押金的新生才有可能进入。由于它和 B-J 同为新哥特式建筑，没有空调，深夏较热。该宿舍优点则为位置在学校中心，距离大多教室位置最近，且距离 Regenstein 图书馆以及 Bartlett 食堂位置较近。

特点：位置佳，离图书馆近，离体育馆较近，宿舍文化浓，较难进。

6. International House （简称 “I-House” ）

很多美国学生偏爱 international house，中国学生较少，离学校中心较远。好处则是距离职业发展中心较近，且经常举办各种文化活动以及名人演讲。

特点：位置距离上课教室较远，中国学生较少，RD 或 EA 晚交押金或补录的新生的聚集地，距离食堂远。

7. Stony Island Hall （简称 “Stony” ）

Stony Island 离学校中心最远， 一般需要坐校车上学，离食堂较远，好处则是离密西根湖畔较近，距离一些当地商店较近，且距离 Phoenix Garden 公园较近。

特点：距离学校上课教室较远，离密歇根湖近，中国学生少。

研究生宿舍以及校外住宿

作为芝大的研究生，许多同学首先感受到优于其他很多学校的一点，就是我们的学生公寓(*graduate housing*)。这些公寓楼紧靠学校，步行只需 *10-15* 分钟即可到达学校里大部分系楼和教室，平时每天还有 *10* 分钟一班的校车到校园。每晚有学校警察局多名警官巡逻和值班，所以是十分安全的。笔者推荐新同学到 *graduate housing* 至少先居住一年。由于新同学到达芝大的时候一般正值新生入学高峰时期，如果到校后再找，会比较难找到性价比较好的住处，尤其是在自己没有汽车的情况下。

请准备申请 *Graduate Housing* 的同学仔细阅读学校官网上的相关信息（*grad.uchicago.edu/life-at-uchicago/housing/*）并尽早申请。不少同学发现，学校的房子在整体性价比、物业管理上，略优于私人公司住房。尤其重要的一点是，*Graduate Housing* 的住户全都是芝大的研究生或教工，因此可以保证楼内安全以及交友氛围。因为学校宿舍位置有限，许多同学选择在校外选择住所。选择住所时，建议大家考虑以下几点：

UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

- 交通是否便捷。学校提供免费校车，租房时请参考校车路线
- 治安良好与否。一般不建议租借 *62* 街以南，*49* 街以北，*Maryland* 以西的住房
- 租金、押金金额。需问清租金是否涵盖水，电，煤、暖气等费用。押金一般为一个月的房租上下
- 房子种类以及是否要有室友，对于室友的期望等
- 是否附家具
- 房东风评
- 是否禁养宠物及无小孩的要求
- 合约签定以前，详看每一条款，再行签约

结合学校的官方推荐，CSSA 为大家总结了以下几个公司值得考虑：

1. Vue53

VUE53 是毗邻海德公园 53 街上最新的几个公寓之一，主要有开间（studio），一居室（one-bedroom）及两居室（two-bedroom）。公寓内置有洗衣机与烘干机。对于不想与他人共享洗衣房的同学来说，这是个不错的选择。具体信息请访问其官方网站：http://vue53.com/

2. Hyde Park Places

Hyde Park Places 在海德公园内共有三处公寓楼，皆毗邻学校及校车的站点。此公寓提供开间（studio）及单人间，且均是装修过的房子。各种费用及网络已经包含在了房租里。对于想"一劳永逸"的同学，这里似乎是个不错的选择。具体信息请访问其官方网站：https://hydeparkplaces.com/

3. Hyde Park Property Management Company

这个公司在海德公园内拥有多处公寓楼，皆紧邻学校及校车站点。具体情况请访问其官方网站：http://www.hydeparkmanagement.com/

4. Mac Properties

Mac 是海德公园内最大的住房公司之一，其拥有公寓楼超过 80 栋，其中包括几个著名的公寓楼包括 Regents Park, Shoreland 和 City Hyde Park。除了其官方网站：https://www.macapartments.com/，旗下公寓也有自己的网站，Regents Park：http://regentsparkchicago.com/index.php，Shoreland：http://shorelandchicago.com/，City Hyde Park：http://www.cityhydepark.com/，Solstice on the Park:

https://www.solsticechicago.com/ 其中后面三个公寓楼都在每户内置了洗衣机与烘干机，内部设施比较好。Solstice 是 2018 年新开的豪华型公寓，位于 56 街，离学校距离相对于其他公寓较近，但没有校车直达楼下。内有现代化装修的厨卫、大型落地窗等，但同时房租相对其他公寓也会偏高。

5. Parker-Holsman

该公司是一个当地，较小的公司，官方网站：http://www.parkerholsman.com/

6. TLC Management

TLC 也是海德公园几大住房公司之一，公寓繁多，可满足同学们不同的住房需求，具体信息请咨询其官方网站：http://chicagorentals.com/

學中芝
聯國大
UCHICAGO CHINESE
STUDENTS SCHOLARS

二、个人理财

对于初次来到美国学习的同学，办理银行卡对于今后缴纳学费，存储现金，日常消费等都非常必要。以下为同学们介绍几种美国的银行卡以及相关办理途径。

美国的银行卡主要分为两种，一种是储蓄卡(Debit Card)，一种信用卡(Credit Card)。简而言之，Debit Card 就是普通的银行卡，不过跟国内又略有区别。Debit Card 可以连接两个账户，一个是可以灵活使用，并无利息的借记账户 Checking Account，另一个是有着些许利息的储蓄账户（Saving Account）。在收银台刷卡，支票支付，以及大多数网上购物的时候，用的都是 Checking Account 里的钱，而在某些网上支付（比如付学校的房租），以及在 ATM 上取钱，可自由选择使用 Checking 或 Saving Account 里面的钱，但是银行支付利息是只算 Saving Account 里面的钱。两个账户之间可以自由转账。所以，一般使用 Debit

Card 都是把大部分的钱存到 *Saving Account* 内，在 *Checking Account* 里面放一些钱，消费完了再从 *Saving Account* 里转一部分钱过来。这样做的好处是，如果银行卡不幸丢失，*Saving Account* 里面的大部分储蓄也无法被挪用。在使用储蓄卡的同时需定时确认 *Checking Account* 内余额充足，否则将会被扣除罚金。当然， 同学们可以选择在办卡时声明放弃透支消费的操作，来避免这笔罚款的损失。具体如何分配 *Checking* 和 *Saving* 账户之间的额度可以听从银行工作人员的建议 。

接下来简单介绍信用卡（*Credit Card*），美国的信用卡与国内的无大区别。支付的时候大多通过签名来确认，或者是直接支付，连签名都不需要。所以大家在申卡之前一定要练好一个签名，这个签名可以是英文，可以是中文，只要是你特定的一个符号就可以。正是由于美国的信用卡没有密码，而卡的背面有你的签名，所以卡丢了，别人很容易模仿你的签名而进行消费，此时不用担心，只要你给银行打电话说这笔消费不是你自己的，银行会负责将钱补回来，而损失由银行承担。在 *orientation* 的时候会有人带着大家去 *Citibank* 开户，关联储蓄卡，也可以申请信用卡。通常储蓄卡会在申请的第二天就绪，而信用卡一般需要 *3* 周。能申请到的额度通常是 *500* 美元，随着信用记录的积累和 *SSN* 的获得，额度会越来越高。信用卡是在美国生活必备的，也是有消费保险或返点优惠的，跟储蓄卡相比还是很有好处的。

芝大的校区范围就有一家 *Citibank*，就是大家所熟知的花旗银行，在 *58* 街和 *Ellis*（校医院一楼），大部分刚来的同学都会在那里办卡。银行里面有一个中国的客服，名叫 *Heidi Guo*，说中文而且人很好，所以很多问题都可以很轻松地弄清楚。 【*Citibank* 为学联赞助商，特此声明】

除此以外，在 *53* 街和 *Woodlawn* 附近有一家 *Chase*（摩根大通银行），*53* 街和 *Blackstone* 处有一家 *Bank of America*，这两家都比较近，大家可以根据自己的需求自行选择。

三、 电话网络

在美国学习办理美国电话卡尤其必要，因为很多地方都会要求写联系电话，而且拥有美国电话联系本地个人或者机构都将方便更多。

办理电话卡是一件比较麻烦的事情。首先要给大家简单介绍一下美国的电话服务。在国内我们都是先去手机市场买一部自己心仪的手机，再去联通或者移动买一个号，相对比较方便，而且主要的开支在购买手机上面。美国就不同，这里的手机买卖主要是依托于电话公司的，也就是我们在开户的同时购买一款手机，只要签了合约，手机非常便宜，有些甚至是白送，所以主要的开销在于开户上面。如果已经有了一个电话公司的卡，通常是可以免费保留号码转到另一个公司的。

UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

常见的美国本地电话公司有 *AT&T*，*T-Mobile*，*Verizon*，*Sprint* 等，最常用的是前两者。通常认为 *AT&T* 在室内信号很差，基本上远离窗户就没有信号了，不过其在高山大川，荒郊野外等信号比较好；*T-Mobile* 信号不错，在室内也很好，但是信号好主要是在大城市，在偏远山区就一般了。相比而言，*AT&T* 的资费略高一些。但还是建议多多听取学长学姐们的建议，因为其实不同建筑之间的信号强度差异很大，可能有些楼 *AT&T* 信号好，有些楼 *T-Mobile* 信号强，所以保险起见还是最好能够找一些之前在自己要住的地方住过的前辈们咨询一下。

选择美国电话公司的话，手机套餐一般为两种，*Individual Plan* 或者 *Family Plan*，前者比较贵，不太划算，一般都是刚来应急使用，如果能直接办成 *Family Plan* 就不要考虑 *Individual* 了。*Family Plan* 就是几个人一起使用一个套餐，相对比较便宜。这几个不需要一定是一家人，不同的 *Family Plan* 包括的通话时长、网络流量，可以加入的人数不同，收费也不同，比如 *700* 分钟 *5* 个人，一个月 *70* 美元等等，可以根据自己的需要来选择了。美国打电话非常便宜，同电话公司之间免费，晚上到第二天清晨免费，周末和节假日免费，而且美国国内没有长途，所以如果没有一个人特别能打电话，一般 *Plan* 里面的通话时间用不完，而网络流量可能会用完。

学校附近在 *53* 街，*Harper* 和 *Blackstone* 之间有 *AT&T* 和 *T-mobile* 的营业厅（位于 *53* 街 *Blackstone* 东，路南），*Chinatown* 也有。办电话卡的时候一定要问清楚，对于各项收费做到心中有数。如果选择 *AT&T* 的话，一般开一个 *Family Plan* 需要有一个人有 *SSN*，如果都没有，就需要每个人交 *500* 美元押金，一年之后退还。所以如果能加入师兄师姐已有的 *Plan* 是最方便的。购买 *AT&T* 的 *locked iPhone* 手机是 *199+tax*，同时需要签订两年的合同，必须开通每月的 *data plan*。选择 *T-mobile* 的话，*Chinatown* 的 *T-mobile* 可以提供更加优惠的服务，尤其是针对没有 *SSN* 以及一年项目的同学。不需要 *SSN* 号和每人 *500* 美元押金，只需要 *F-1*，*J-1* 学生签证及护照就可办理。*T-mobile* 提供新开用户解锁版（*unlocked*）的手机，*unlocked* 版的手机可以回国继续使用，同时，*T-mobile* 没有 *data plan* 的要求。若对 *iPhone* 没有特别需求，*T-mobile* 对于新开用户仍然会推出免费手机计划，或者 *75* 美元的现金回馈。（以上关于 *iPhone* 的相关信息以官方更新为主）

近年来因中国电信在美发展手机套餐业务，在美华人拥有了更多的通信选择。作为中国电话公司，中国电信美洲公司推出$19，$29，$39，$45 四款套餐，套餐有如下几大特点：无需 SSN，无需押金；国内外免费寄卡到家；无限美国通话；无限国际通话（含中国等十个国家）；无限全球短信；一卡双号；7*24 中英双语客服。如果想在国内就购买好电话套餐，大家可以选择购买 CTExcel（电信美洲）手机套餐，电信美洲官方网站为：www.ctexcel.us，进入网站直接选择领卡，填写国内邮寄地址，3-5 个工作日内即可免费收到手机卡。如果已到美国仍想办理电信通讯套餐，填写美国地址也仍然有效（也可保留原美国号码）。

同时，中国电信推出“1 美元”电话卡活动。自 2018 年 5 月 20 日起，如若拥有学校官方给予的以 edu 为结尾的邮箱，用邮箱注册领卡，首月仅需 1 美元，就可享受价值 29,39,49 美元的高流量套餐。使用我们大学专属推荐码 PVQV 再送 10 美金话费，续订三个月再送一个月套餐。一美元申请链接：https://www.ctexcel.us/auOnedollar2018/#/midcssa【中国电信美洲公司为学联赞助商，特此声明】

有了手机之后就可以打电话了，你会发现生活顿时轻松了许多。不过要给国内打手机/固话用美国本地公司需要单独购买国际套餐，而购买中国电信号码会赠送一定国际通话时间。同学们亦可购买长途电话卡，长途卡可以在 Chinatown 购买，有不同的种类，大同小异，收费略有差别。用电话卡打长途就非常便宜了，比如有的卡 20 美元 1800 分钟。往国内打手机固话也可以使用 Skype，只需下载 Skype 软件，购买大陆通套餐即可，费率约是 0.08 元/分钟，也很便宜。自己办好了电话号码，如果国内亲友需要拨打美国的手机/固话，也可以建议他们购买电话卡（推荐电信的 17900，比较实惠）。当然还有一个

问题，使用长途电话卡时，要先拨通一个号码转到电话卡公司的服务器，然后再拨打国内电话，打国际长途扣除电话卡上的钱，但同时整个过程会收取市话的费用，当然如果晚上或周末打就不用了。同时，*Google Call* 可以免费打美国电话，打中国大陆 2 美分一分钟，对平时不怎么打电话的同学们比较方便。

校区范围内都有可以用 *CNetID* 和密码登陆的无线网，学校的图书馆里面也有公用的电脑，刚来如果急需上网可以先来学校，但住在校外的同学尽快给家里开通网络也是必须的。主要的网络服务商有 *AT&T* 和 *Comcast*，办理方法很简单，在网上查好信息，选好 *plan* 之后给公司打电话，告诉你要办网络，预约一个时间，公司会上门安装。没有 *SSN* 号需要交一定的押金，一年之后退还。同时还要交纳租用 *Modem* 的费用，安装费，以及第一个月的网费。开学时可能会有一些优惠，大家可以多留意。建议大家都自备一下网线，这样能够在绝大部分时间段内保证网络速度和稳定性。

學中芝聯國大
UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

四、餐饮美食

对于刚刚到达美国的同学，吃饭是一个很大的问题，天天出去吃的话，会觉得贵而且不健康，而自己做饭的话，一时间锅碗瓢盆，柴米油盐还不齐全，无法开火。如果你选择自己做饭的话，*Hyde Park* 的这些商店，可以让大家能尽快开始经营自炊生活：

1. Hyde Park Produce（53 街与 Kimbark）

这当地的一家超市，比较实惠，是买菜买水果的好选择；

2. Treasure Island（55 街与 Lake Park）

Treasure Island 是较之于 *Hyde Park Produce* 大一些的超市，蔬菜和水果的质量不错， 除此之外，该商店还有大量的生活用品，饮料，冰激凌等零食，种类齐全，打折的时候会非常便宜，这里从每周的周三到下周的周二是一个打折周期，基本同类的产品总有一个牌子会打折；

3.Whole Foods

该商店东西最突出的特点是新鲜，而且每天午餐，晚餐时间还有现做的食品，满足想吃热腾腾"盒饭"的同学的迫切心情。

除此之外还有 *53* 街新开的 *Target*：也是美国著名的大超市，类似 *Walmart*，生活用品，零食等等应有尽有。若有想要购买生活用品，和药品的同学可以去附近的 *CVS* 以及 *Walgreens*。

除了中国学生做饭一些特殊的用料之外，大部分生活用品都能在 *Hyde Park* 买到。但是有些特殊的东西就只能在 *Chinatown* 买了，这里主要有几家超市，芝城食品和百佳市场离地铁比较近，可以下车直接到达，比较方便。还有香港超市离地铁有点远，要开车去，但是物美价廉，在这里基本能买到做饭用的所有食物。

要做饭还需要有锅碗瓢盆，这些东西在 *Hyde Park* 和 *Chinatown* 都能买，在 *54* 街与 *Lake Park* 那里有一家 *Elston Ace Hardware*，能买到平底锅，炒锅，热水壶，盘子等，及其它各种家用工具。在 *Chinatown* 的十二生肖广场附近有一家杂货店，可以买到各种锅，碗等厨房用具，甚至有调料盒。

學中芝
聯國大
UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

除了自己做饭以外，同学们还可以选择从网上订餐，有 *Grubhub*，*Ricepo*，*Chowbus* 等软件，后两个为中餐专属。当然，在外面吃也是有很多选择的。首先是学校，在 57 街与 *University* 街交叉口有 *Hutchinson Commons*，里面有面包，比萨，面条，印度菜，墨西哥菜等，价格优惠，分量很大，因为在校内所以相对方便。学校还有多家食堂，均为自助餐，本科在校内住的同学在学费里自动缴纳了餐饮费，研究生同学需要在门口缴费，价格较高。另外在学校某些楼（如 *Swift Hall*、*Cobb Hall* 等）的地下设有小型便餐厅（*cafeteria*），是吃简单的午餐便饭的好去处，医学院每天中午门口也有餐车（*Food Truck*）卖简餐。值得一提的是 *Quad* 上 *Divinity School* 地下的 *cafeteria*，每天中午都会有从各处餐厅送来的"盒饭"，有中国菜，泰国菜等，是个吃午饭的好去处。而且他家的咖啡非常有特色，值得品尝。

除了学校之外，在 *Hyde Park* 其它地方也分布着多家餐厅。57 街 *Kimbark* 与 *Kenwood* 之间有 *Noodles*（面条，亚洲菜）以及 *Medici*（买三明治等简餐）。55 街 *Harper* 附近，也就是 *Treasure Island* 与 *Walgreens* 之间一片小的区域，分布着比萨店、法国餐厅、咖啡厅等。55 街往东，过了 *Metra* 之后在路南边分布着几家泰国、日本、韩国餐厅，由于味道接近中餐，所以比较受中国学生的喜爱。53 街从 *Lake Park* 到 *Woodlawn* 上有很多家餐厅，比如 *Lake Park* 与 *Harper* 之间 *Valois*（西式简餐），*Harper* 街角的 *Pizza Capri*（比萨），*Blackstone* 与 *Dorchester* 之间的 *Wok N Roll*（美式中餐），*Hyde Park Produce* 附近的 *Leona*（意大利餐厅）和 *Nicky's Chinese Food*（美式中餐）等。最近在 53 街新开的 *Nando's (South African)* 以及 *Roti(Mediterranean)* 是比较健康的两家餐厅，而且味道不错。以及同在 53 街的 *Shinju*（日料），中午有 15 美元的自助寿司，美味实惠。更多的大家可以自己发掘。

學中芝
聯國大
UCHICAGO CHINESE
STUDENTS SCHOLARS
ASSOCIATION

除了学校附近的这些餐厅之外， 还有一个选择是 *Chinatown*。芝加哥中国同胞很多，所以 *Chinatown* 的多家餐厅也很受欢迎。想吃早茶，那明轩，采蝶轩，大三元，多乐等广式餐厅不得不去。无辣不欢的话，老四川，麻公辣婆都是好去处。想吃火锅，小肥羊的自助火锅，小尾羊也是不错的选择。饭后想吃甜点，美食屋的泰国炒冰激凌，*Chatime* 和 *Hello Jasmine* 的奶茶，*Joy Yee* 的冰沙，或者大班饼屋的蛋糕，一定要试试。对于非中餐，位于 *Chatime* 二楼的韩国 *Daebak* 烤肉店非常火，饭点常常要等位，喜欢吃韩国烤肉，而又去不了芝加哥北边品尝正宗韩国美食的同学，一定要试试这家。另外不在 *Chinatown* 中心位置，但在附近的小台北，沈阳菜馆，大东北，北国饭店等，也都是非常火热的中餐馆，味道接近本地。

周末想要放松来一次 *brunch* 的话，市中心的 *Wildberry*、*Yolk*、以及 *Bongo Room* 都不容错过，美美地来一份炸鸡华夫抑或是柔软的 *pancake* 可以消解一周学习的压力。喜欢吃日料的话，市中心的 *Momotaro, Kokoro* 的鳗鱼饭，*Misoya* 的味增拉面都十分令人垂涎。

芝加哥的美食非常多，简短的篇幅内很难陈述全，想要更多推荐的同学，可以关注相关微信公众号，或者向学长学姐们咨询。

五、 家电器材

虽然一部分新来的同学入住的是已装修的学校公寓（相对方便保险，但是有些公寓楼比较老旧，性价比不高），想在校外租房的同学可以关注 芝大学联交易市场（(http://www.cssa.uchicago.edu/forum)）*UChicago Marketplace*， 或者到 *lists.uchicago.edu* 上订阅我们 *CSSA* 的 *Mailing List* 获得房源、二手家电器具的出售信息。提醒大家注意，安全起见，尽量选择靠近大路的房子。在生活中会

发现有不少家具、电器需要新置办，小到吸尘器、微波炉、电饭锅、穿衣镜，大到落地灯、桌椅、书架、床垫等等。如果需要购买大件家具，没有车搬运起来的确很不方便，可以请有车的师兄师姐帮忙开车带着到郊区宜家等大卖场购买（可提前在网上确定是否货源充足），或者网购（需支付运送费，并确保送到时自己在家）。建议购买家具的时候买一套组装工具，因为这里家具送过来有可能是一堆木板。在 53 街上有几家卖床和床垫的商店，比如 Harper 和 Lake Park 之间的 American Mattress 等等，是近处的一种选择。其他更小的物件，如果比较方便寄送且不易被损毁，可以直接在 Amazon 上购买，Amazon 有学生免费的 6 个月 Prime 会员，可以充分利用一下。另外，54 街与 Lake Park 处的 Elston Ace Hardware 有一些家用电器和工具，Office Depot 可以买到桌椅板凳和文具用品，Walgreens 里有各种日用品和小玩意儿。电饭锅、烧水壶之类的东西在 Chinatown 也可以购买到。

最后，推荐大家前往学联官网上的交易市场寻找二手物品交易信息。学校官网上“跳蚤市场”UChicago Marketplace（http://marketplace.uchicago.edu） 也有类似物品交易信息。同学们尤其可以留意将要搬走的人发在上面的 Moving Sale 的信息，种类繁多物美价廉，总有一款适合你。转让者多是芝大学生学者，住在 Hyde Park 区域内，看货交易拿货也很方便。

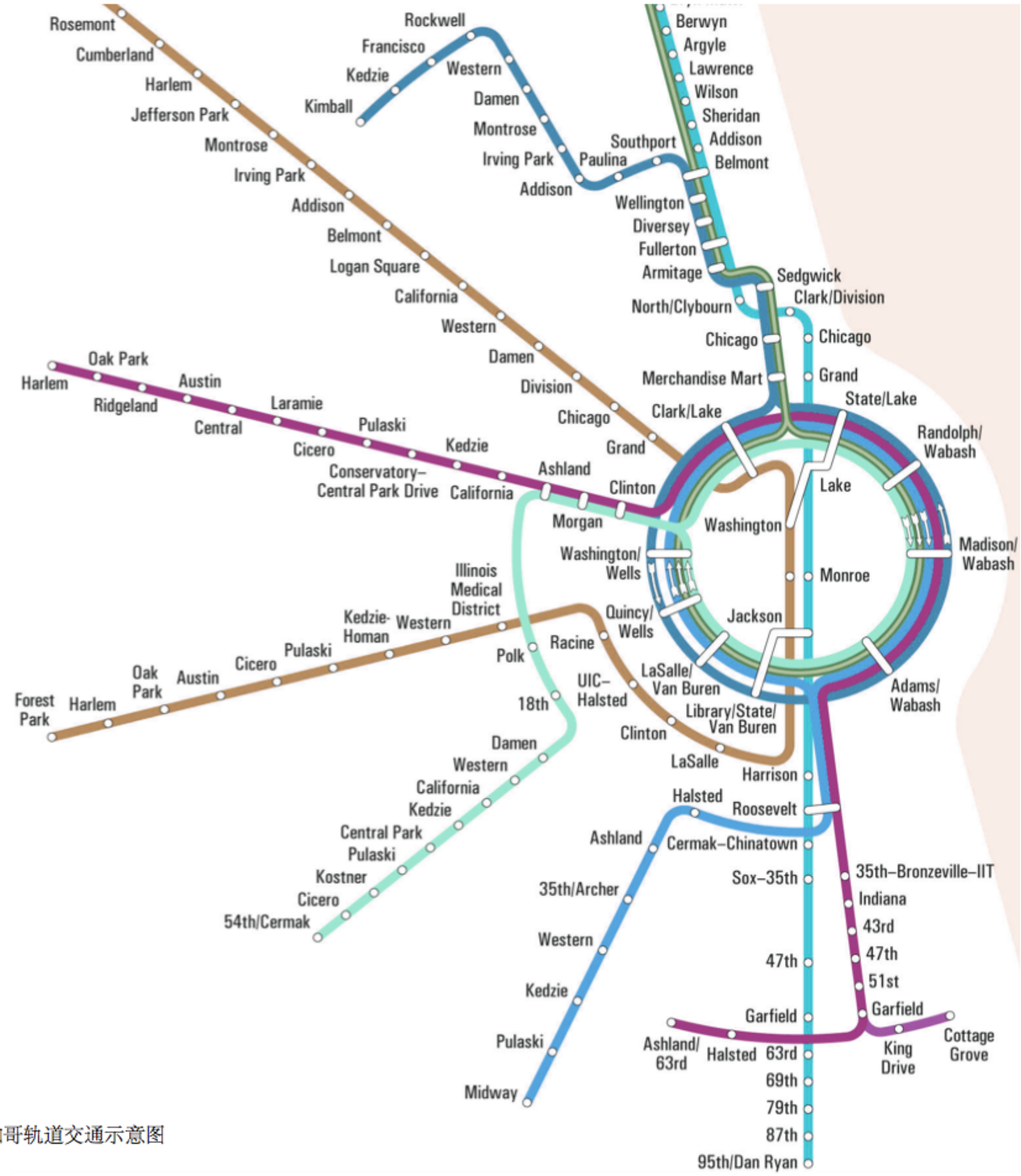
六、交通出行

首先介绍一下校内出行。芝大官方提供免费校车(Shuttle)，有多条线路，几乎完全覆盖 Hyde Park，白天也可以免费乘坐城市公交车 171 和 172，详情请见：https://safety-security.uchicago.edu/transportation/. 公交的时间表和线路可以在线或通过手机软件查到。在应用商店搜索‘UChicago’, 不仅能方便地查看学校的活动

通知，而且能实时查看校车和 *Hyde Park* 内各线路公交车的位置，方便安排出行。还有一些 *App* 如 *Transit* 和 *Transloc Rider*，可以查看整个芝加哥地区的公交线路和下一班车的到达时间，都是非常方便的应用。有时 *App* 里面的到站时间预测会有误差，所以建议大家在 *App* 里面预测的时间前几分钟就到站点等车，避免误车。

从校园前往 *Chinatown*，从方便的角度考虑，*Uber* 和 *Lyft* 两大网约车软件都提供拼车服务，单程大约 5 到 10 美元且一般只需要十几分钟就能到。如果选择公交，没有直达的车，只能公交转地铁，需要先坐 55、6 或 15 路公交然后转地铁红线，大约半个小时，详情见 *Google Map*。价格方面，对于本科生，学校会提供 *Ventra Card*，免费乘坐；没有 *Ventra Card* 的话，*CTA* 的资费标准如下：第一次乘公交 2 美元，地铁 2.25 美元，两个小时内第一次转乘，无论地铁公交都是 0.25 美元，两个小时内第二次转乘，无论地铁公交都是免费，第三次转乘开始新的一轮计费。在红线附近还有绿线，安全系数不如红线，建议不要乘坐。*CTA* 乘车卡可以在地铁站进行充值，但有效期不长，建议日后办理 *Chicago Card* 和 *Chicago Card Plus*（有效期 4 年）。以下为芝加哥地区地铁路线图：

中芝學聯國大
UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION



芝加哥轨道交通示意图

从 *Hyde Park* 前往 *Downtown*，*Uber* 和 *Lyft* 大约需要 *5* 到 *20* 美元，不堵车需要二十分钟。但同时也有不同的公交可以直达，在 *South Hyde Park Blvd*，或者 *51th/Lake Park* 上乘坐 *6* 路公交车，在 *Downtown* 的任何一个点下车。也可以乘坐 *Metra* 小火车前往 *downtown*，在 *Lake Park* 沿线的 *51*，*53*，*55*，*57* 等街都有

站点。需要注意一点，*Metra* 并不隶属于 *CTA*，因此不能用 *CTA* 的乘车卡，需要在站内的自动售票机上购买，单次 *4* 美元，车次比较少，但是速度很快，十几分钟就能到 *Downtown*。从 *Chinatown* 到 *Downtown* 可以直接乘坐向 *Howard* 方向的 *Red Line*。

前往芝加哥奥黑尔(*O'Hare*)国际机场，*Uber* 或 *Lyft* 大约需要 *30* 至 *60* 美元不等，时间大约在 *30* 分钟至 *1* 个半小时。如果选择公交，大约需要 *2* 小时，地铁为蓝线，可以按照去 *Chinatown* 的方法乘坐红线，到达 *Jackson* 站之后转乘蓝线机场方向，终点站即为机场，蓝线为机场专线，票价是 *5* 美元。或者先乘坐公交或者 *Metra* 前往 *downtown*，在那里换乘蓝线。详细的信息可以在 *CTA* 的网站上查询。有了信用卡以后可以办一张 *CTA* 以及 *Metra* 统一的 *Ventra Card*，可以和信用卡绑定，自动充值，更加方便。详细情况请见 *https://www.ventrachicago.com/*。

如需各种旅游出行信息、机票预订，可以咨询利程国际旅游：*http://www.anltravel.com/*。【利程国际旅游为学联赞助商，特此声明】

CSSA交通特别赞助商：
利程国际旅游
ANL International Travel

七、校园设施

芝大的图书馆主要有以下几个:*Regenstein*，*Crerar*，*Harper*，*Eckhart*，*D'Angelo Law*。*Regenstein* 是最大的图书馆，位于 *57* 街，*University* 与 *Ellis* 之间，藏书主要以文科书籍为主，*5* 楼有一些中文书籍，以及中文杂志，其中包括《中国国家地理》、《小说月报》等，是消遣的好去处。位于

Ellis，57 与 58 街之间的 Crerar 图书馆主要以理科图书为主。Harper 图书馆位于 Main Quadrangle 最南边，藏书不多，主要以文科书为主，但是有很大的自习室，古香古色的设施， 桌椅也比较舒服，在里面自习很有感觉。Eckhart 位于 Eckhart 二楼，可容纳人数不多；藏书以数学书为主，兼有统计与计算机书籍。D' Angelo Law 位于 60 街，Woodlawn 与 Ellis 之间。

学校的体育馆对学生都是免费的。Ratner 是最大的体育馆，位于 55 街与 Ellis，里面有不错的篮球场，游泳池，健身器材，配备了更衣室和浴室。其中较小的篮球全场特定时间会改成羽毛球、排球、曲棍球、或室内足球场。具体时间安排可参看 Ratner 内的公告栏。Ratner 西边依次分布着橄榄球场(足球场)， 棒球场，以及网球场，入口都在 56 街相应的位置。

Henry Crown 位于 56 街与 University Ave，可以打壁球，但是整体上设施陈旧，人也比较少。此外，位于校园南侧的 Midway 在冬天可以滑冰，自己带着溜冰鞋是免费的。离校园很近的湖边有 Lake Front Trail，天气好的时候，可以跑步骑车。

八、看病就医

独在异乡求学难免生病，提前了解学校的医疗保险制度，才不会在关键时刻不知所措。在美国看病的程序与中国有很大不同，并且费用有可能十分昂贵。

在芝大，所有注册学生都会被要求加入学校的学生医疗保险 *U-SHIP* 或者在截止日期前提供与之等效的其他保险的证明，详见学校网站：*http://wellness.uchicago.edu/page/student-health-insurance*。关于第三方医保，这里不做详细介绍，感兴趣的同学可以到网上搜索相关信息。比较重要的考虑因素有：

1. 按月/年收取的保险费：相对于 *U-SHIP 2018-19* 全年*$4398* 的高昂费用，价格低廉的医保显得十分诱人，但要注意廉价的 *Plan* 往往对应着高额的 *deductible* 和 *out-of-pocket maximum*，那么常年大小病不断的同学要慎重考虑；
2. 保险网络的覆盖程度：现有的第三方 *Plan* 较多为 *PPO (Preferred Provider Organization)* 体系，只有到保险公司指定的医院/医生那里就医才能享受优惠，所以建议了解就近的 *PPO* 医疗资源覆盖情况再做决定。

对于参保了 *U-SHIP* 的同学，有非急症需要就医时，需先打电话给 *Student Health Service (SHS)* 进行预约（*773-702-4156*；工作时间请见：*https://wellness.uchicago.edu/page/locations*），然后按预约时间提前 *10* 分钟到达诊所，地址为 *Suite R-100, 860 E. 59th Street, Chicago, IL 60637 (Goldblatt Pavilion Entrance)*。学生在这里看病是免费的。如果 *SHS* 无法治疗，医生会再给你推荐到医保范围内其他机构和医生进行治疗，这样医保一般会报销 *Deductible* 以外 *90%*的费用。但如果没有先得到 *SHS* 医生的推荐而直接去其他地方就医，将有*$50* 的罚款，甚至无法报销。周末或夜间有紧急状况可以拨打 *24* 小时 *Nurse Advice Line*（*773-702-4156*）进行咨询。性命攸关时，请直接去急诊室或拨打 *911*（注

意急诊会收取$100 的费用）。大部分注册学生每个学期都会被收取一个 *Student Life Fee*，用以支持校园内的文娱活动、社团组织、设施与资源，其中就包括了 *Student Health and Counseling Services*。以下为此费用对各个医疗项目的涵盖情况：

SERVICES COVERED BY STUDENT LIFE FEE	SERVICES **NOT** COVERED BY STUDENT LIFE FEE
Student Health Service	
• Routine physicals	• Pharmacy prescriptions/medications
• Acute and chronic care	• Consultation and/or treatment by sub-specialists outside of the SHCS clinical staff
• Cervical and anal PAP procedures	• Immunizations
• STI (sexually transmitted infection) testing	• Emergency Room care
• Urine dipstick and pregnancy testing	• Hospitalization
• Rapid strep testing	• Most laboratory tests
• PPD (tuberculosis) testing	• Radiology procedures
• Flu & school required immunizations	• Medical supplies
• Allergy injection visits	• Medical record copying or certificates
• Travel health consultations	• Heart station procedures (EKGs, holter monitors)
• Contraception consultations	• Drug testing
• Sports medicine consultations	• Other services not listed here
• Movement specialist consultation	
• Some basic labs	

聯國大 UCHICAGO CHINESE STUDENTS & SCHOLARS ASSOCIATION

U-SHIP 的覆盖时间是从每年 9 月 1 号开始，新来的同学如果提前到校，可以联系 *UnitedHealthcare Student Resources* 购买 *Early Arrival Plan*，为这段时间提供保障。需要注意的是目前 *U-SHIP* 并不报销眼科和牙科就医的费用，在没有相关方面保险的情况下去看病将会面临巨额费用。有这方面需求的同学可以额外购买这方面的保险，有关信息请查阅：*https://wellness.uchicago.edu/page/dental-vision-insurance-coverage*。

J-1 身份的博后和访问学者则会被要求加入博后学者福利计划 *PRBP*，里面有两个保险可以选择：*PPO* 或 *HMO*。它们的主要区别是 *HMO* 需要选择一个 *primary care physician (PCP)*，看病时需要先去找自己的 *PCP*，然后再由他推荐去看专科医生；而 *PPO* 保险则不需要 *PCP*，可以直接预约想要的专科医生。需

要注意的是要尽量选择保险网络内的医生，否则自己需要支付很高的费用。此外 PPO 比 HMO 保险稍贵，每月多$10～$20。博后如果是学校 employee，保险费用相对低廉，每月只要$50 左右，加上配偶子女也才$100 ～ $160。但如果是非学校 employee 的博后，或者是自费的访问学者，则保险费用较高，每月要$300 多，加上配偶子女则可能超过$1000。关于 PRBP 的详细信息可以在这里（https://clients.garnett-powers.com/uchicago/index.htm）查到。

对于非学校 employee 的博后和访问学者，如果不想购买学校的保险，可以购买其他符合学校要求（https://internationalaffairs.uchicago.edu/page/insurance-postdoctoral-researchers-and-visiting-scholars-0）的保险，然后向学校申请 waiver。

泰安保险可以提供符合芝大要求的经济实惠的保险计划，泰安访问学者计划 S (IMG TaiAn Exchange Select)， 保费为$50 至$75(根据年龄而不同)。详细信息及购买方式请见泰安为芝大学者专门制作的网站: taianfinancial.com/acnuchicago。【泰安保险为学联赞助商，特此声明】

身体是革命的本钱，想要获得学术成功，一副健康的体魄尤为重要。芝加哥大学的学生健康咨询部门(Student Health and Counseling Services)为所有学生提供促进和维护身心健康的全面的、有针对性的服务，以满足各阶段学生的需求和生活方式。你可以浏览这个页面了解时下热门健康问题：http://wellness.uchicago.edu/page/health-information。如果在日常生活、人际关系、学术压力、思乡情绪、接纳新环境等等方面感到担忧或不适，或许你遇到的问题难以向身边的同学或远方的家人吐露，此时学校的咨询顾问也许可以为你排忧解难(https://wellness.uchicago.edu/page/counseling-scs)。他们会为你提供一个

安全无忧的、私密的、友好的倾诉环境，根据需求向你建议解决问题的方式，让你更加了解、爱护自己。在芝大这样学术严谨、竞争激烈的环境，加上芝加哥严寒而漫长的冬季，许多同学时而会感到心情低落、焦虑、无助。根据调查，去年有超过 *20%*的芝大研究生使用了学校的咨询服务，所以寻求咨询并不是什么难为情的事，希望同学们可以敞开心扉，正视生活的苦难，你不是一个人在战斗！

芝大学联在这里衷心希望我们所有背井离乡的莘莘学子都能远离病痛，幸福安康，享受充实的学业生活。

九、校园安全

出门在外，最重要的当然是安全。相信在很多人来芝加哥之前，都或多或少地听说了芝加哥的治安状况，也因为在伊利诺伊州发生的一些中国留学生失踪事件而感到害怕，因此对这里的安全问题都有一定的担心。但是其实只要自己多加注意，安全问题完全可以避免。以下是一些安全问题的提示：

芝大所在的社区名叫 *Hyde Park*，范围是北到 *51* 街，南到 *60* 街，西到 *Washington Park*，东到密歇根湖，在这个区域里面是相对比较安全的。北、西、南边都是黑人区，尤其是西边和南边的黑人区，是问题比较多的地方，如果没有特别需要，最好不要去这几个地方。如果要去，也要驾车或者乘坐公共交通前往，最好不要一个人单独行动。东边湖岸的 *Lake Shore Drive* 是比较安全的，可以放心在湖边活动。

白天在 *Hyde Park* 基本上是安全的，但是也需要时时留心身边的人和车辆，走路的时候尽量不要看手机、戴耳机，尽量“眼观六路、耳听八方”。到了晚上就不要单独行动了。往返于家里与学校，白天可以免费乘坐 *CTA* 的 *170*、*171*、

172 路公交及校车（路线图及运营时间请见 http://visit.uchicago.edu/transportation.shtml）。晚上，学校为大家提供了晚间校车 Evening Bus（路线图及运营时间请见 http://safety-security.uchicago.edu/transportation/）、Safe Ride（http://safety-security.uchicago.edu/transportation/transportation/saferide.shtml）等服务，这些基本上可以覆盖整个 Hyde Park 的范围。如果要走路，一定要结伴同行，也不建议两个同学一起，尽量越多人越好，这样可以大大降低出事的概率。平时出行的时候不要带太多现金，在这里生活没有那么多需要现金的地方，有同学刚来的时候钱包里装了好几百块钱，不小心丢了钱包，造成了不小的损失。

走夜路的时候要尽量选择车多人多灯光明亮的大路，同时要左顾右盼，熟悉周围的情形，一定不要戴着耳机大声听歌，这样即使有人接近也很难觉察，导致自己很容易成为被攻击的对象。夜间在校园内走路也应当留意，因为芝大为城市校区且没有国内大学的围墙，所以学校和社区融为一体，在离学校很近的地方也时常发生抢劫事件。因此建议同学们东西横穿校园时沿着 59 街行走，因为该街上的校警巡逻最为频繁且行人最多。此外，Hyde Park 内覆盖有很多紧急电话，是顶部设置有蓝灯，中间有红色按钮的白色柱子。这些紧急电话会直接接到学校的警察局，有紧急情况可以及时呼叫。

學聯中國芝大
UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

如果不幸遇到抢劫等行为，一定要冷静。大多数人抢劫都是为了钱，所以只要把钱给他，基本可以息事宁人。永远要记得，钱财是小事，人身安全才是最重要的。此外，还有一些细节问题要注意，遇到歹徒不要有把手拿到身后摸东西的动作，对方会以为你在拿枪，有可能对你进行攻击。给歹徒钱的时候可以直接扔到离你较远的地方，让他去捡，这样对方的注意力会集中在钱

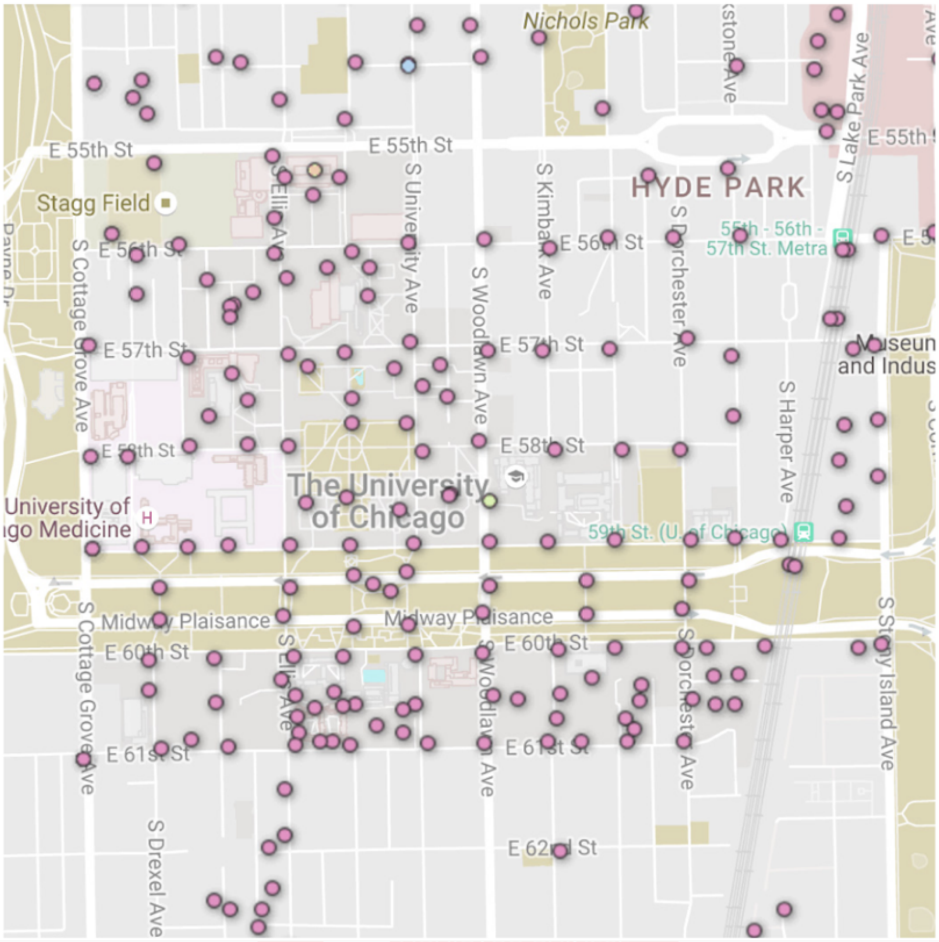
上，自己有可能伺机逃跑。有的人会随身携带 *20* 元的现金一张，以应对抢劫行为，因为有时歹徒如果拿不到钱也会很愤怒，有可能威胁到人身安全。

如果被遭到抢劫后，应当立即拨打 *9-1-1* 报警并描述抢劫过程，歹徒面貌，驾驶车辆等。若在被抢劫途中不幸遭到身体攻击，应当立即前往医院检查，及时当时感觉身体并无大碍也应当安全起见。

除此之外，*Hyde Park* 地区有较多乞丐，会在校园周围进行乞讨搭讪。碰到该类人群时建议同学们不要给予理会，迅速离开。若发现被跟踪，应立即寻找最近的校警寻求帮助，或者躲进最近的教学楼里。

如果生活中遇到意外的紧急情况或者家庭出现变故，请参考中国驻芝加哥总领事馆的“领事保护与协助指南”页面寻求帮助：*http://www.chinaconsulatechicago.org/chn/lsbhyxz/lbzn*。同胞在外理应互相照应。如果同学们有发现身边的朋友或者同学失联，请及时通知学联有关干部，以及学校与领馆有关部门。

最后，虽然同学们需要对个人安全多加留意，但是不要有恐慌的心理。多数学生在芝大的生涯中并不会遇到安全问题，只要摆正心态，抬高警惕，大家都可以安心地度过这段时光。



以上地图显示学校范围内的紧急电话位置

十、法律常识

“你有权保持沉默，但你所说的每一句话都可能成为呈堂证供。”美国法律最最基本的常常识——沉默权，也叫米兰达权利，由宪法修正案第五条（*Amendment 5*）所赋予，即任何人不得自证其罪。无罪推定是美国法律的原则，即未经合法审判证明有罪确定之前，优先推定被控告者无罪。对于即将到美国生活的同学，了解美国的法律常识是很必要的。当遇到特殊状况时，下面的一些常识可能会对你有所帮助。

1. 当你被警察拦下并问讯时：

保持冷静，不要逃。任何情况下都不要与警察争执或发生冲突，即使警察侵犯了你的权利。将双手放在警察能看到的地方。询问你是否可以离开。如果警官说可以，平静地离开。如果你被逮捕，你有权知道为什么，你有权保持沉默，你有权拒绝搜身。如果遭遇强行搜身，不要抵抗，不要发生冲突。如果你同意搜身，可能成为呈堂证供。若条件允许，在遭遇被警察拦截时打开摄像头或者录音器进行录音，以免遭到侵权行为。

2. 当你在开车时被警察拦下（*Pull over*）：

尽快将车停在路边安全位置，熄火，打开车内灯，将车窗打开一些，双手放在方向盘上。当警察要求时，出示驾照、车辆注册、车辆保险证明。当警察要求查看车内时，你有权拒绝。但是如果警察认为你的车内有犯罪证据时，你的车可能被强行搜查。司机和乘客都有权保持沉默。乘客可以询问警察是否可以离开，如果允许，平静地离开。

UCHICAGO CHINESE STUDENTS SCHOLARS ASSOCIATION

3. 当你被警察问讯有关你的移民身份时：

你有权保持沉默。警察一般是不会问讯的你的移民身份的，问的那很有可能是假警察。身份相关文件（护照，*I-20*，社会保险卡 *SSN*，等等）不需要随身携带，请妥善保管。当你怀疑警察身份时，有权要求警察出示警官证。

4. 当执法人员登门时：

你有权拒绝执法人员入内，除非对方持有授权状（*Warrant*，比如搜查状、逮捕状）。在让执法人员进门之前检视对方的授权状，请执法人员将授权状从门底下塞进来，或者隔窗、透过防盗窥镜展示。你始终有权保持沉默。如果你选择开口，请到门外说，并关上门。

5. 当你被逮捕时：

无论如何都不要抵抗，声明你保持沉默并要求请律师。除此之外什么都不要说（彪悍的人生不需要解释）。无力支付律师费不要紧，有免费的律师提供的。你有权获得免费的律师。在没有律师的时候，不要说任何话，不要签任何文件，不要做任何决定。你有权打一个本地电话。如果是联络律师的，警察不可以旁听。

6. 合同签署时：

签署任何文件之前，一定要认真阅读文件中的条款。如果你不同意其中的条款时，没必要签。没有人可以强迫你签。一旦签了字，就是你自己的责任了。最常见的情况就是租房合同，一定要非常清楚合同的条款。

7. 学术诚信：

学术违纪是高压线，不要去碰，碰者后果自负。在芝大，最严重的违纪为学术不诚实，常见行为是考试作弊与论文抄袭。如果被发现有此类学术不诚实现象，该行为会被记录在案，严重时即使首次犯下类似行为也会被学校开除学籍。

版权声明

本刊载内容，包括文字、图片、设计等皆由芝加哥大学中国学生学者联谊会(*University of Chicago Chinese Students and Scholars Association*)编写完成。信息均来自学联成员个人经历、网络信息等，不能保证完整性，仅供个人参考。若无特殊声明，所有内容不含赞助商广告且所有赞助商信息只供读者参考，芝大学联作为组织并不支持某产品、服务或公司。

芝大学联欢迎个人下载、打印、使用本新生手册，但芝大学联保留对手册的其他所有权。任何媒体、网站、团体或个人若有意转载本手册的部分或全部息，用于除个人使用以外的任何目的，必须取得芝大学联的书面授权。具体联系方式请登陆 *cssa.uchicago.edu*。感谢您对芝大学联工作的支持。

“此去西洋，

深知中国自强之计，舍此无所他求。

背负国家之未来，取尽洋人之科学。赴七万里长途，

别祖国父母之邦，

奋然无悔。”

UCHICAGO CHINESE STUDENTS AND SCHOLARS ASSOCIATION

芝加哥大学中国学生学者联谊会2018年制